

Согласно исследованию Madanes Россия и Совкомбанк Страхование Жизни, 19% россиян каждый день на работе сталкиваются с неприятными ощущениями в области желудочно-кишечного тракта, такими как тяжесть, боль, вздутие, 10% — испытывают дискомфорт несколько раз в неделю, 17% — около раза в неделю. Лишь 55% опрошенных редко или никогда не замечают подобных проблем с ЖКТ.

Статистика Роспотребнадзора подтверждает масштаб проблемы: заболевания желудочно-кишечного тракта относятся к числу самых распространенных. По данным ВОЗ, хроническим гастритом страдает 60-85% населения планеты, особенно люди в возрасте 18-35 лет, а колоректальный рак занимает третье место среди онкологических заболеваний по распространенности в мире.

«59% участников исследования отметили, что проблемы с пищеварением снижают их рабочую продуктивность. Каждый пятый респондент (20%) признал, что дискомфорт раздражает и серьезно мешает работе, еще 39% указали на периодическое ухудшение концентрации внимания. Только 41% во время работы не испытывают дискомфорт, связанный с проблемами с ЖКТ», — комментирует Вероника Годенкова, директор федеральной дирекции личных видов страхования Совкомбанк Страхование.

Основной причиной проблем с ЖКТ участники опроса назвали сидячий образ жизни. На втором месте — стресс, замыкает тройку самых популярных причин перекусы сладостями или фастфудом. Реже упоминались нерегулярное питание, еда всухомятку и недостаточное потребление воды. Наименее значимым фактором оказалось отсутствие домашней еды в рационе питания на работе.

Несмотря на очевидное влияние на качество жизни, только 8% опрошенных регулярно обращаются к врачу при появлении симптомов. 15% посещают специалиста лишь в крайних случаях, 18% занимаются самолечением, а 27% предпочитают ждать, пока симптомы пройдут самостоятельно.

«Игнорирование проблем с ЖКТ может привести к развитию серьезных заболеваний, — отмечает Елена Солопова, генеральный директор Madanes Россия. — При этом простые меры профилактики — регулярное питание, физическая активность и своевременные консультации врача — способны значительно улучшить ситуацию».

В опросе приняли участие более 1700 россиян.

Википедия страхования